

МБОУ «2 – Пристанская основная общеобразовательная школа»

Проект по продвижению комплекса ГТО среди сверстников

Разработали: группа учащихся 7 класса
Руководитель: А. А. Царикова, учитель физической культуры.

Пристань-2, 2018г.

Актуальность

- * низкий уровень результатов при выполнении норм ВФСК ГТО;
- * низкий уровень физической подготовленности;
- * отсутствие осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, ведении здорового образа жизни.

Цель:

вовлечь обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом.

Задачи:

- * Организовать широкую пропаганду внедрения комплекса ГТО в школе
- * Охватить системой подготовки всех учащихся нашей школы.
- * Обеспечить 100% выполнение нормативов и тестов ГТО учащимися школы.



УКАЗ

ПРЕЗИДЕНТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)

В целях дальнейшего совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения, постановляю:

1. Ввести в действие с 1 сентября 2014 г. в Российской Федерации Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) – программную и нормативную основу физического воспитания населения.

2. Правительству Российской Федерации:

а) утвердить до 15 июня 2014 г. положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО);

б) начиная с 2015 года представлять Президенту Российской Федерации ежегодно, до 1 мая, доклад о состоянии физической подготовленности населения.

3. Правительству Российской Федерации совместно с органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации:

а) разработать и утвердить до 30 июня 2014 г. план мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО), а также принять меры по стимулированию различных возрастных групп населения к выполнению нормативов и требований



Сегодня все чаще можно услышать вопрос: **зачем нам выполнять ГТО?**

Ответ на этот вопрос для каждого человека может быть свой.

Кто-то хочет сравнить себя со старшими членами семьи, имеющими советский знак ГТО.

Кто-то хочет попробовать достичь конкретного результата и проверить свою силу воли и настойчивость.

А кто-то просто привык быть первым в учёбе и спорте.

Опрос показал, что таких среди нас больше, в частности в нашей образовательной организации, но есть и те, которые негативно относятся к выполнению норм ГТО.

Как же вести себя с такой категорией людей? Как заинтересовать этих людей, увлечь спортом? Как реализовать это на практике? Все это и натолкнуло нас на мысль о создании проекта по продвижению комплекса ГТО.



Первостепенной задачей внедрения ГТО в жизнь советских людей было достижение массовой заинтересованности в занятиях спортом. Вместе с тем комплекс использовался как универсальный оценочный механизм, позволяющий выделить самых физически развитых представителей каждого поколения, на которых все остальные должны равняться.

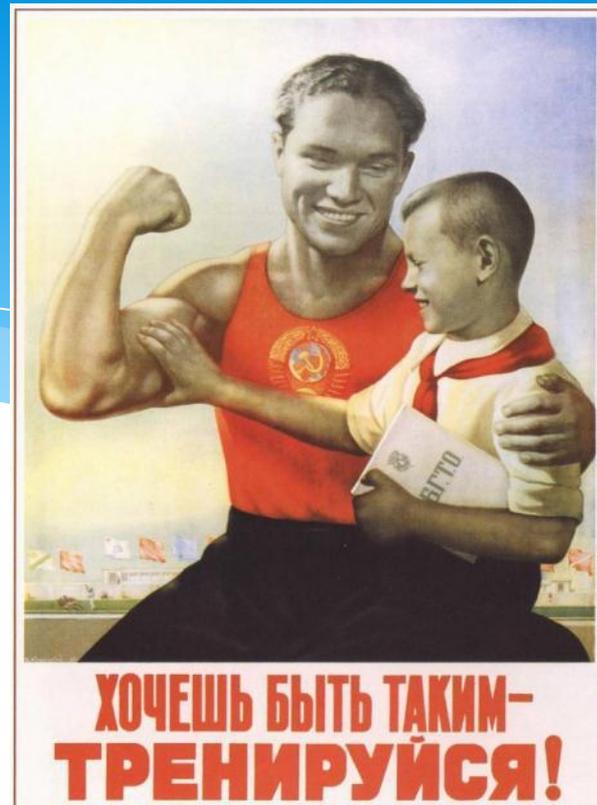
Появление ГТО

Днем зарождения данного физкультурно-оздоровительного движения считается 24 мая 1930 года.

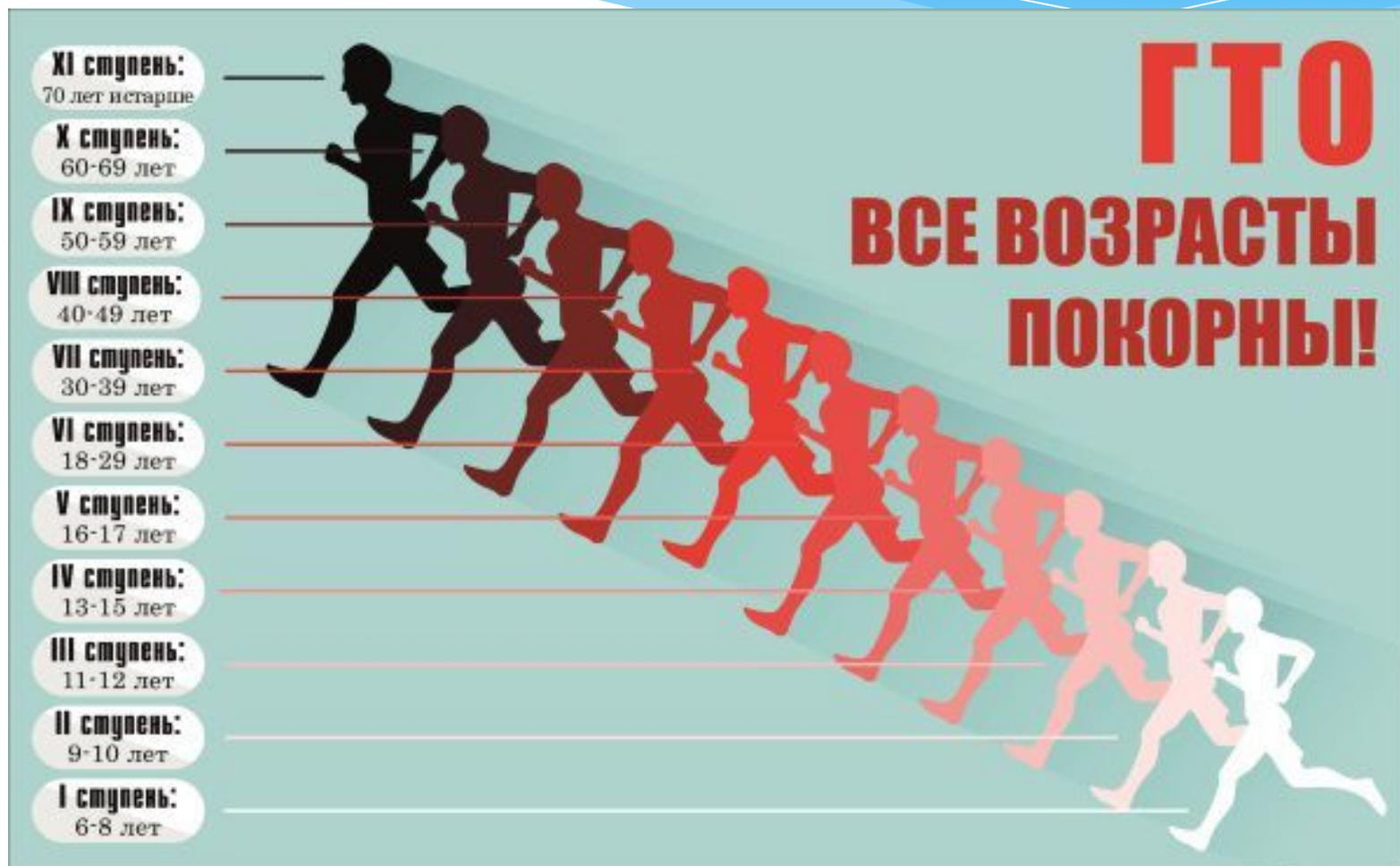
Именно тогда в газете «Комсомольская правда» были опубликованы первые материалы по этому важному вопросу.

Предполагалась выработка единого критерия оценки физической подготовки людей каждого поколения. Лучшие в каждой возрастной группе должны были получать специальные значки.

Советская общественность с большим энтузиазмом поддержала комсомольскую инициативу, поэтому уже в начале 1931 года был разработан первый комплекс ГТО.



Виды испытаний учитывают возрастные особенности занимающихся от 6 до 70 лет и старше по 11 ступеням (возрастным группам).



Выполнять нужно такие виды упражнений, как подтягивание из виса на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, поднимание туловища из положения лежа на спине, прыжок в длину с места, метание мяча, метание спортивного снаряда 500 гр.(д), 700 гр. (ю), стрельба из пневматической винтовки, бег



Выполнение нормативов ГТО подтверждается нагрудными значками отличия – золотым, серебряным и бронзовым .



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

План действий

1. Проведение разъяснительной работы с населением по внедрению комплекса ГТО.

2. Включение мероприятий по внедрению комплекса ГТО в план работы школы

3. Организация и проведение оздоровительной гимнастики (зарядки) в образовательной организации с использованием упражнений испытаний комплекса ГТО.

4. Проведение тестов ГТО на уроках физической культуры.

5. Работа спортивных кружков и секций.

Проведение традиционных мероприятий:

- Осенний «Кросс наций».
- «Лыжня России».
- Всероссийский День здоровья 7 апреля.
- Оборонно-массовый спортивный месячник.
- Традиционные соревнования по легкой атлетике.
- Соревнования по баскетболу, волейболу, лыжным гонкам.
- Спартакиада среди учащихся школы.
- «Веселые старты» .



РАС GROUP



Результативность проекта



Фото: А. Ломаев

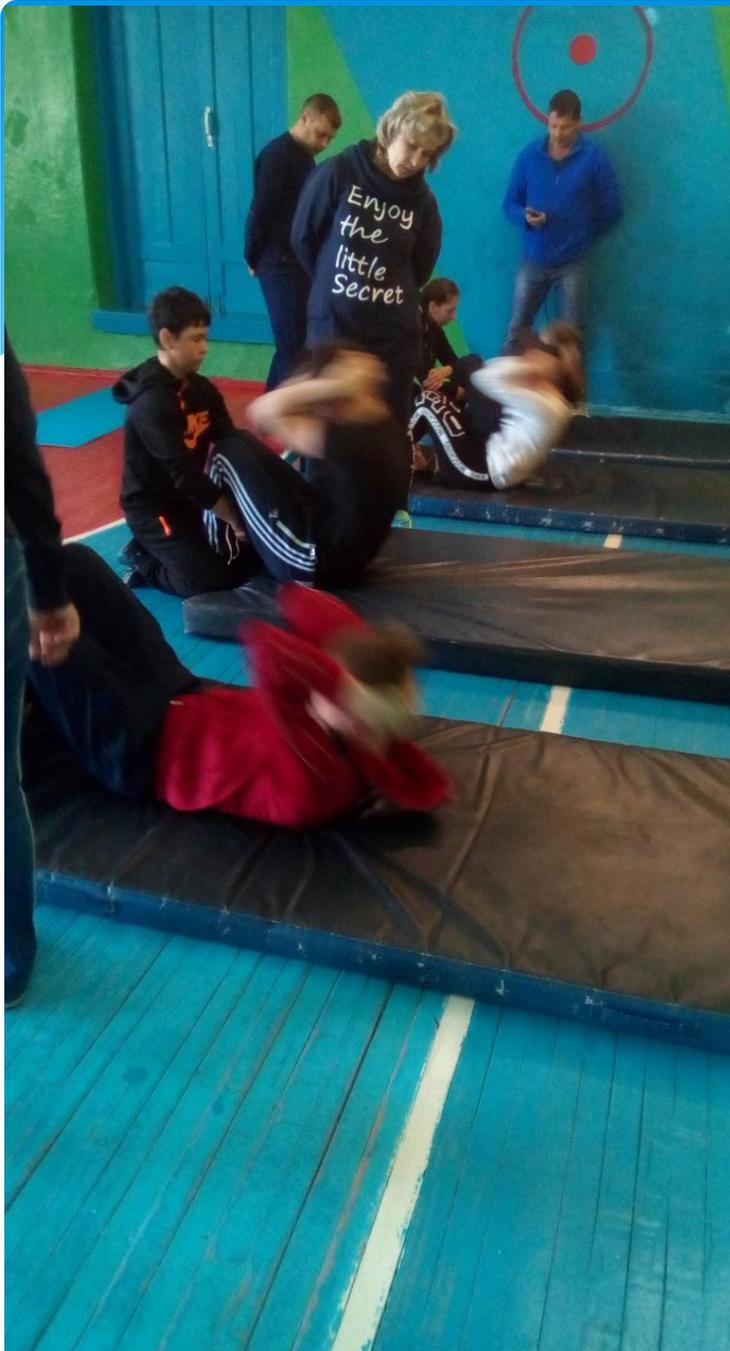
В коридоре школы оформлен стенд «Нормативы выполнения ГТО». Каждый ребенок, а также любой желающий, который захочет выполнить нормативы, может ознакомиться с ними.



На протяжении многих лет, школа имеет немало хороших результатов в области спорта

- Призовые места по таким видам спорта, как волейбол, баскетбол;
- Призовые места в туристическом слете: стрельба из пневматической винтовки (2 и 3 места), туристическая полоса препятствий (1 место), туристическая газета (1 место), сбор палатки (2 место).









Перспективы развития проекта

Внедрение ГТО – это социально-значимый проект в России. С помощью внедрения ГТО удастся увеличить количество занимающихся физической культурой и спортом, повысить уровень физической подготовленности граждан, модернизировать систему физического воспитания и развития массового и школьного спорта.

Выполнить ГТО совсем непросто
Ты ловким, сильным должен быть,
Чтоб нормативы победить,
Значок в итоге получить.
Пройдя же все ступени вверх-
Ты будешь верить в свой успех.
И олимпийцем можешь стать,
Медали точно получать!

